

# GRÁVIDA? LEIA ANTES DE VIAJAR



## O que sabemos sobre o zika

- O zika pode ser transmitido de uma gestante para o feto.
- A infecção durante a gravidez pode causar alguns defeitos congênitos.
- O zika é mais comumente transmitido pela picada de um mosquito infectado da espécie *Aedes*.
  - Esses mosquitos picam agressivamente durante o dia. Eles também podem picar à noite.
- Considerando que os mosquitos que transmitem o zika são encontrados nos trópicos, os surtos provavelmente continuarão a acontecer.
- Não existe vacina para prevenir nem medicamento para tratar o zika.
- O zika pode ser transmitido por meio de relações sexuais de uma pessoa que tem zika aos seus parceiros sexuais.

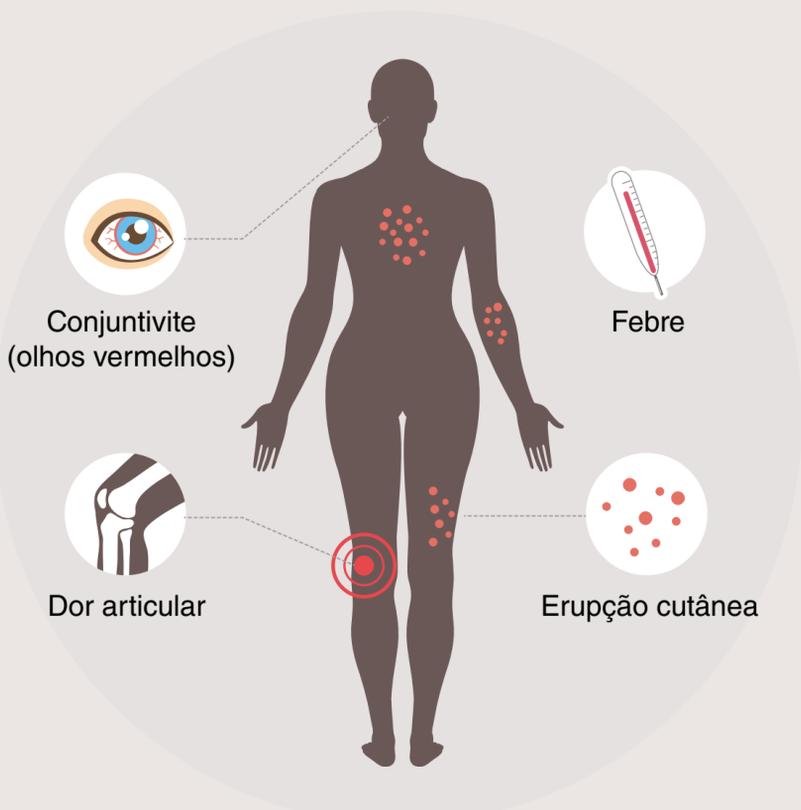
## O que não sabemos sobre o zika

- Se há um momento seguro durante a gravidez para viajar para uma área com zika.
- Se você está grávida e for infectada:
  - A probabilidade de que o zika seja transmitido ao feto.
  - Se o seu bebê terá defeitos congênitos.

## Sintomas de zika

Muitas pessoas não apresentarão sintomas nem sequer saberão se estão infectadas pelo vírus. A doença é geralmente leve com sintomas que duram de alguns dias a uma

Os sintomas mais comuns de zika são:



## Aviso de viagem

O CDC emitiu um aviso de viagem (Nível 2 – Praticar melhores precauções) para pessoas que viajam para áreas onde o zika vírus está se disseminando.

Para obter uma lista atualizada dos locais com zika vírus, consulte os Avisos de saúde para viagens do CDC: <http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-travel-information>

Este aviso segue os relatos brasileiros de microcefalia e outros problemas de gravidez em bebês de mães que foram infectadas pelo zika vírus durante a gravidez.

O zika também pode ser transmitido sexualmente de uma pessoa infectada para seus parceiros do sexo masculino ou feminino. Portanto, os viajantes devem usar preservativos.

### Aviso de viagem

- Não viaje para áreas com zika.
- Se precisar viajar para essas áreas, fale antes com seu médico.
- Siga estritamente todos os passos para prevenir picadas de mosquitos durante sua viagem.
- Se você tem um parceiro que mora ou viajou para uma área com zika, use preservativos da maneira correta toda vez que tiver sexo vaginal, oral ou anal, ou não tenha relações durante a gravidez.



### Tentando engravidar?

- Antes de viajar, fale com o seu médico sobre os planos de engravidar e o risco de contrair o zika.
- Siga estritamente todos os passos para prevenir picadas de mosquitos durante sua viagem.

Antes de viajar, consulte o site de viagem do CDC com frequência para conhecer as recomendações mais atualizadas.

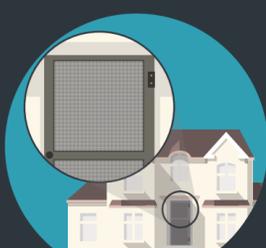
<http://wwwnc.cdc.gov/Travel>

## A sua melhor proteção Previna picadas de mosquitos

Quando usados de acordo com as instruções, os repelentes de insetos registrados na Agência de Proteção Ambiental (EPA) são comprovadamente seguros e eficazes, mesmo para gestantes e mulheres que estejam amamentando.



- Use camisas de mangas compridas e calças compridas.
- Trate as roupas e equipamentos com permetrina ou compre itens tratados com permetrina.
  - As roupas tratadas continuam protegendo após várias lavagens. Consulte as informações sobre o produto para verificar a duração da proteção.
  - Se fizer o tratamento sozinho, siga as instruções do produto com cuidado.
  - NÃO utilize produtos de permetrina diretamente na pele. São feitos para tratar roupas.



- Permaneça em locais com ar-condicionado ou que tenham telas nas portas e janelas para manter os mosquitos para fora.
- Durma sob um mosquiteiro se estiver no exterior ou fora e não puder se proteger de picadas de mosquitos.



- Use repelente de insetos registrado na EPA. Todos os repelentes de insetos registrados na EPA são avaliados quanto à sua eficácia.
  - Sempre siga as instruções do rótulo do produto.
  - Reaplique o repelente de insetos.
  - Não pulverize o repelente na pele sob a roupa.
  - Use um repelente com um dos seguintes ingredientes ativos: DEET, picaridina, IR3535 e óleo de eucalipto citriodora ou para-mentano-diol.